

Spotkanie z mistrzem olimpijskim Władysławem Kozakiewiczem.

12 listopada 2014r. słuchacze naszego uniwersytetu wzięli udział w bardzo ciekawym i pożytecznym spotkaniu z panem Władysławem Kozakiewiczem, mistrzem olimpijskim z 1980.r. w skoku o tyczce. Dzięki uprzejmości dyrekcji i nauczycieli wychowania fizycznego, spotkanie z olimpijczykiem odbyło się w sali gimnastycznej Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Jarocinie. Tematyka spotkania miała związek z programem „Bądź w olimpijskiej formie”, którego ambasadorem jest pan Kozakiewicz, a patronat nad programem objął minister sportu Andrzej Biernat. Projekt ten został opracowany przez fundację „Zatrzymać czas” i ma na celu aktywizację osób starszych i zachęcenie ich do codziennej aktywności fizycznej. Uniwersytet Trzeciego Wieku przystąpił do tego projektu, którego wynikiem było zaproszenie pana Kozakiewicza na spotkanie z naszymi słuchaczami.

Mistrz Kozakiewicz w bardzo ciekawy i gawędziarski sposób przedstawił historię swojej drogi do mistrzostwa olimpijskiego, krótko nakreślił swój życiorys, a następnie przeprowadził zajęcia z naszymi słuchaczkami, proponując bogaty zestaw ćwiczeń do stosowania na co dzień. Bardzo mocno podkreślał, że wiek senioralny nie zwalnia nikogo z bycia aktywnym, a wręcz zobowiązuje do aktywności. Podkreślał, że chcąc zachować sprawność fizyczną na długo, należy przez całe życie stosować różne formy aktywności.

Zademonstrowany zestaw ćwiczeń jest bardzo ciekawy, a przede wszystkim dostosowany do osób nieco 50+.

Z obecności Władysława Kozakiewicza w szkole skorzystała również młodzież. Mimo dość napiętego planu, odbył też spotkanie z uczniami LO, którzy z wielkim zainteresowaniem wysłuchali ciekawej prelekcji wielkiego sportowca.

Na zakończenie wizyty zarząd naszego uniwersytetu i pani burmistrz Hanna Szałkowska zaprosili naszego gościa do zwiedzenia Spichlerza Polskiego Rocka. Pan Kozakiewicz był zachwycony. Stwierdził, że nie interesował się tego typu muzyką, ale po obejrzeniu ekspozycji nie wyklucza odwiedzenia Jarocina w czasie festiwalu, aby odczuć klimat i atmosferę tego wydarzenia.